



¡PREPÁRATE, SANTA BARBARA!

Mejorando la alerta y preparación ante emergencias en nuestra comunidad

¡LA TEMPORADA DE FIESTAS HA LLEGADO!

Contenido:

- **¡La temporada de fiestas ha llegado!**
- **12 Meses hacia la preparación**
- **Artículo Principal:**
⇒ **Implemente su Plan**
- **Historia de Santa Barbara**
⇒ **Día de Muertos**
- **Involúcrese**
⇒ **SBRN**
- **Noticias de la ciudad**
- **Calendario**

En esta edición:

Implemente su Plan	2
Historia de SB: Día de Muertos	3
Involúcrese—SBRN	3
November Disaster Quiz	4
City News	4

La cena en el horno, la chimenea radiante y las velas encendidas. Todo esto nos pone a tono para la época de fiestas pero también representa riesgos de incendios, quemaduras y otros peligros. A continuación les presentamos algunas sugerencias para disfrutar de una temporada de fiestas más segura:

EN LA COCINA

Aunque usted no lo crea, la principal causa de incendios y lesiones es el cocinar. La buena noticia es que algunas medidas simples pueden ayudar a prevenirlos.

Si se está cocinando, vigílelo. No desatienda la cocina mientras tenga comida en horno o estufa. Tenga a mano su silla favorita, así como un libro o un buen partido en la TV. Ahora, relájese (¡pero no demasiado!) y supervise la cocción de ese pavo o tamales hasta que alcancen su punto perfecto.

Vigile a los niños. Es prudente declarar una "zona segura" de tres pies alrededor de su estufa. Lo mismo aplica para mascotas.

Prevenga quemaduras. Evite golpear ollas y derramar comida caliente. Abra la comida proveniente del microondas lentamente y nunca utilice guantes de cocina húmedos

Vista adecuadamente. La ropa suelta puede encenderse fácilmente. Use ropa adecuada o enrolle sus mangas.

UTILICE LAS VELAS CON CUIDADO.

Un incendio provocado por velas es reportado a algún departamento de bomberos en los E.U. cada 40 minutos en promedio. Más de la mitad se originan cuando materiales combustibles se encuentran muy cerca a las velas

Reduzca los riesgos. Nunca desatienda una vela encendida. Manténgalas al menos a tres pies de cualquier cosa que pueda encender y evite poner velas encendidas cerca de las corrientes de viento de puertas y ventanas.

Utilice las velas de manera segura. Use siempre candelabros sólidos y no combustibles. Coloque los candelabros lejos de bordes y cualquier lugar en que puedan ser derribados. Encienda y apague las velas con cuidado.

Las velas y los niños. Vigile a los niños siempre que hayan velas encendidas en el área en que se encuentren. Almacene velas y cerillas fuera del alcance y de la vista de los niños.

CHIMENEAS.

La palabra hogar significa casa, además de hoguera, así que no es extraño que estas instalaciones reúnan a las familias en torno a ellas. Sin embargo, tome sus precauciones antes, durante y después de usarlas.

Antes. Las chimeneas, al igual que otros equipos de calefacción, deben ser revisados y limpiados cada año.

Durante. Asegúrese de tener instalada una cortina adecuada que evite que las brasas salten hacia su estancia.

Después. Deje que las cenizas se enfríen completamente antes de desecharlas en un contenedor metálico.

Recuerde que el concepto de la temporada de fiestas es pasar tiempos agradables junto a nuestro seres queridos. Qué mejor manera de hacerlo que en un ambiente seguro, de bajo riesgo y preparado. ¡Felices fiestas!



Ediciones futuras

DICIEMBRE
Conoce a tu vecino



2014!

ENERO
Inundaciones



FEBRERO
Tormentas de Viento



MARZO
Tsunamis



12-Meses hacia la preparación

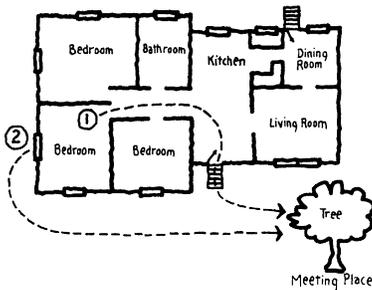
¡Hazlo efectivo!

Al acercarnos al fin de año, probablemente usted ya se encuentre preparado, pero hay algunas otros detalles más que usted puede hacer para asegurarse de estar completa y totalmente listo. Este mes, tome su presupuesto para emergencias y sepárelo a manera de efectivo para su equipo. Trate de obtener billetes de diferente denominación, principalmente de 1, 5 y 10. En caso de un desastre mayor, el pago en efectivo tal vez sea la única forma de adquirir bienes y suministros por un tiempo, mientras las reparaciones en la infraestructura se realicen.

¡Únase a Nextdoor.com!

¿Ha escuchado acerca de Nextdoor.com? Se trata de un sitio que la ciudad financia para que usted se una y tenga acceso a sus vecinos. Al registrarse deberá verificar su dirección, pero una vez hecho esto, tendrá acceso a todo tipo de información exclusiva a usted y sus vecinos en su barrio. Esto incluye listados clasificados gratuitos, listado de objetos perdidos, etc., así como información difundida por la ciudad como cierre de calles y construcciones que impacten directamente a su barrio. Así que regístrese y conozca a sus vecinos ahora, antes de que se presente un desastre!

Implemente su Plan



¡No olvide practicar con sus mascotas!



Antes de hablar de implementar un plan, es necesario entender el significado del mismo. De acuerdo al diccionario se define como:

"poner en efecto de acuerdo a un plan o procedimiento..."

Ya hemos escuchado y visto el lema de Ready.gov, "Infórmese, Elabore un Equipo, tenga un Plan". Sin embargo, ¿cuántos de aquellos que tienen un plan lo practican? O, ¿caso solamente palomeamos el recuadro que indica que ya tenemos un plan?

De acuerdo al artículo de Forbes publicado el 5/16/2013 por John Zogby, [Los estadounidenses no están preocupados ni preparados en caso de desastre: Encuesta Analítica SUNYIT-Zogby](#), "Solo uno de cada cuatro estadounidenses o menos se preocupan de que una situación de emergencia, tal como un ataque terrorista, desastre natural o pandemia, afectarán a su comunidad..."

Aun cuando los estadounidenses están confiados de entender lo que es la preparación, no se encuentran preparados ante dichas situaciones. El citado artículo reporta que, "Mientras el 55% de los encuestados declararon sentirse confiados de su conocimiento acerca de procedimientos de seguridad, solo el 36% declararon contar con un plan de emergencias actualmente." Lo que no se describe es cuánta gente ha implementado realmente su plan mediante la práctica del mismo.

¿Qué haría usted si tocaran a su puerta y le informaran que solo tiene 10 minutos para evacuar su casa? ¿Estaría listo o lista?

¿Es usted una de los muchos que han palomeado el recuadro "Sí, tengo un plan", pero nunca lo ha practicado o se lo ha comunicado a su pariente o amigo de fuera del estado?

Una emergencia no es el mejor momento para practicar su plan, sino antes de que se presente. Recuerde que "la gente no hace lo que aprende, sino lo que ha practicado." Permítame preguntarle, ¿qué está al reverso de un centavo? (¡no vea!)

Preguntará, ¿cómo practico my plan? Preparar a su familia para un desastre implica más que elaborar un plan. Cada miembro de la familia, especialmente los niños, deben saber exactamente qué hacer durante una emergencia. A continuación le damos algunas útiles sugerencias para comunicar a su familia la im-

portancia de estar preparados ante desastres.

Asigne Roles. Asigne responsabilidades a cada miembro de su familia. Hágalos sentir que forman parte integral del plan y que cada uno contribuye de manera importante.

Juego de Roles. Los miembros más pequeños de la familia se ven fácilmente impactados cuando ven a sus padre/madre preocupados o en pánico. Dedique una tarde haciendo de cuenta que una emergencia se ha presentado y permita que practiquen sus roles asignados. Esto ayudará a que su familia esté mejor preparada ante el flujo de emociones que se presentan durante un desastre. Recuerde incluir a sus mascotas.

Visite Puntos de Reunificación de Emergencia. Si ya ha determinado un punto de reunificación fuera del estado, asegúrese de que su familia se familiarice con el mismo. Ayúdenlos a reconocer puntos de referencia (edificios, letreros, árboles de forma extraña y otros hitos) que les permita recordar en dónde se encuentran o hacia dónde deben dirigirse.

Presente a su familia con sus Contactos de Emergencia. Los niños pueden no sentirse cómodos de hablar con extraños, aun cuando papá y mamá los hayan designado como seguros. Presente a sus niños con sus contactos para que puedan sentirse cómodos. También es buena idea hacer que los niños reconozcan figuras seguras de autoridad tales como bomberos, oficiales de policía o alguaciles.

Ponga a prueba a su familia. Interrogue a su familia acerca del Plan de Preparación ante Emergencias de manera regular. Es fácil hacerlo pasar por un juego con los niños pequeños. *¿Quién es nuestro contacto de emergencia? ¿A dónde vamos cuando hay una emergencia? ¿Quién se encargará del perro?*

Ubique los Equipos de Emergencia. Asegúrese que todos en su familia sepan en dónde se encuentran los equipos de emergencia. Manténgalos en un solo lugar y si los mueve, hágaselo saber a todos. Esto ayudará a evitar confusiones durante una emergencia.

Sea honesto. Cada miembro de su familia tendrá dudas acerca de la preparación. Tómese el tiempo de atender preguntas, preocupaciones y temores. Todos se sentirán mejor si saben que son tratados con honestidad y son capaces de jugar un rol importante para ayudar a la familia durante



Historia de Santa Bárbara —Día de Muertos

Quizá sea usted todo un conocedor o alguien que jamás haya escuchado del tema, pero el Día de Muertos es una de las tradiciones mexicanas más coloridas, tanto en sentido figurado como estricto, que han venido ganando terreno en nuestra comunidad. Pero, ¿qué significa en realidad? ¿Desde cuándo viene esta tradición? ¿Guarda alguna relación con *Halloween*?

El Día de Muertos se remonta a la época precolombina. Los Mexicas, comúnmente llamados Aztecas, junto a la mayoría de las culturas mesoamericanas, dedicaban un mes entero de 20 días correspondiente a agosto para celebrar a Hueymicaihuatl, la gran diosa de la Muerte. Luego de la cristianización, la festividad se recorrió para coincidir con la fiesta católica del 2 de Noviembre y la diosa fue evolucionando hasta convertirse en "La Catrina", la dama-calavera.



"La Catrina" por José Guadalupe Posada

Involúcrese: SBRN

SBRN es el acrónimo de la Red de Respuesta de Santa Bárbara, por sus siglas en inglés. SBRN es una organización comunitaria de base de voluntarios dedicados a ofrecer primeros auxilios psicológicos y apoyo para la pronta recuperación de crisis y trauma.

SBRN fue formada luego de que un grupo de miembros preocupados de la comunidad se reunieron en el otoño de 2009 para actuar ante un cúmulo de suicidios entre la juventud latina local y el temor de que se propagase. Rápidamente, un plan fue creado para aprender a crear comunidades de base y voluntarios organizados que respondiese de manera expedita al proveer apoyo preventivo, tal como los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP), manejo del estrés, educación acerca de cómo enfrentar situaciones en el corto plazo y conductas de bienestar en el largo plazo, así como remisiones hacia agencias locales de cuidado continuo.

SBRN provee sus servicios libres de costo. Por lo general, los llamados o correos llegan hasta la Red provenientes de alguien que ha presenciado o sufrido un evento traumático en la comunidad.

La meta de SBRN y de los PAP es ayudar a la gente a usar sus propias fortalezas para enfrentar incidentes traumáticos. Los voluntarios de PAP

La celebración moderna se centra en torno al arreglo de altares para los finados. Así, se crea un espacio en el cual los espíritus pueden ser recibidos por lo que los familiares celebran una vigilia. Es común encontrar en el altar velas, flores de Cempasúchitl, papel picado, calaveritas de azúcar, música e incluso comida y bebidas, así como fotografías y recuerdos del muerto. Otra tradición consiste en visitar los panteones y adornar la tumba misma de manera similar.

El Día de Muertos no guarda relación con la celebración *Halloween* ya que, de hecho, son completamente distintas. Mientras en *Halloween* se le teme a las almas de los muertos, en el Día de Muertos, se les celebra y recibe.

Así que alga y celebre a los muertos, los propios o los de la humanidad. Visite una exposición de altares o bien, realice el suyo propio en casa! Solo tenga cuidado con las velas y el papel picado. ¡Cuidéuse y no descuide su altar!

Si desee aprender más [Pinchar aquí](#)

Si desea saber en dónde puede visitar una exhibición de altares, [Pinchar aquí](#) o [Pinchar aquí](#)

¿Tiene una historia de Santa Bárbara que quiera compartir? Quizá tenga una historia familiar interesante que contar o tal vez una duda o pregunta. ¡Queremos escucharlo! Envíenos sus historias o preguntas acerca de la Historia de Santa Bárbara a PRomero@SantaBarbaraCa.gov



Altres u ofrendas tradicionales



ayudan a los sobrevivientes a identificar los recursos disponibles a ellos, incluyendo fortalezas y apoyo social.

La meta de nuestra intervención es ayudar a la gente a utilizar sus recursos naturales en respuesta al trauma y remitir a aquellos que requieran apoyo adicional. El corazón de nuestra intervención se desplanta sobre los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP), intervención de apoyo que se construye a partir de creer en la resistencia humana que promueve respuestas de adaptación a eventos trágicos y potencialmente traumáticos. Este acercamiento provee servicio directo al individuo en trauma mediante el apoyo de sus necesidades inmediatas luego del incidente crítico-traumático y fomenta el cambio social ya que evita los patrones acostumbrados de entrega de servicios que requieren que sea el paciente quien busque los mismos.

Se ofrecen, pues, los PAP y se refiere a los servicios locales a aquellos que lo requieran.

Para aprender más acerca de los PAP, visite:

<http://learn.nctsn.org/course/category.php?id=11>

O bien, [involúcrese](#).



Oficina de Servicios de Emergencias de la Ciudad de Santa Bárbara

121 W. Carrillo Street

Teléfono: 805-564-5711

Fax: 805-564-5730

E-mail: PRomero@SantaBarbaraCA.gov



Ponga a prueba sus conocimientos!

El mayor terremoto en los Estados Unidos no sucedió en California, sino en el Centro-Oeste. Este examen cubre algunos hechos sobre la Falla de Nueva Madrid.

1. ¿En cuáles años sucedieron los terremotos de Nueva Madrid?

- a. 1811-1812
- b. 1843-1844
- c. 1745-1746
- d. 1901-1902

2. ¿En qué estado se ubica la ciudad de Nueva Madrid?

- a. Arkansas
- b. Illinois
- c. Kentucky
- d. Missouri



3. ¿Cuántas millas cuadradas impactó el temblor de Nueva Madrid?

- a. 90,000
- b. 65,000
- c. 50,000
- d. 5,000

4. En el área de Nueva Madrid, es común percibir actividad sísmica menor en la falla. ¿Cuántos temblores se perciben por año?

- a. Más de 300
- b. Alrededor de 150
- c. Entre 11 y 12
- d. 3 o 4 por año

El terremoto fue tan violento que las villas de Kentucky Bend, Kentucky y Reverie, Tennessee fueron trasladadas del margen Este del Mississippi hacia el Oeste.

T. E. 4. b. c. 3. d. 2. a. 1.

Noticias de la ciudad: Tercer Ejercicio Anual de CERT en el Condado. El sábado 26 de octubre de 2013, Carpintería, CA sufrió un terremoto de 7.8. Bueno, en realidad, no. Sin embargo sí se simuló un temblor para poder efectuar el Tercer Ejercicio Anual de CERT en el Condado. Hubieron más de 30 víctimas y 50 graduados de CERT se reunieron para trabajar en equipo y realizar el rescate de los damnificados. A la fecha, más de 4,000 residentes del área de Santa Bárbara han cursado el programa CERT. Entre quienes lo han hecho, se encuentran adolescentes, hispanos, filipinos, personal de SBCC, personal y estudiantes de UCSB y personas de la comunidad con Necesidades Funcionales y de Accesibilidad, por nombrar algunos. El programa CERT es un curso de 24 horas que cubre preparación para desastres, supresión de fuego, triage/tratamiento médico, búsqueda ligera y rescate, organización de equipos, terrorismo y psicología de desastres. Para informarse acerca de las próximas clases, visite la página facebook del CERT del condado <https://www.facebook.com/CERTSBCounty>



¡Búscanos en la red!

www.santabarbaraca.gov/oes

así como en

<https://www.facebook.com/CityofSBOES>

Eventos del Mes

Noviembre 2013

Dom	Lun	Mar	Mie	Jue	Vie	Sab
					1	2 Día de los lectores
3 Ajuste de horario	4	5	6 Día del Saxofón	7	8	9
10	11 Día de los Veteranos	12	13 Día de Sadie Hawkins	14	15 Día de Limpiar el Refrigerador	16
17 Día Mundial de la Paz	18	19	20	21 Gran Día de No Fumar	22	23
24	25	26 Día Nacional del "Parfait"	27	28 Acción de Gracias	29 Viernes Negro	30